

## Altern in Würde und Freiheit: Chancen und Aufgaben der Bildung im dritten und vierten Alter

Heidenreich, Hartmut

Veröffentlichungsversion / Published Version  
Zeitschriftenartikel / journal article

Zur Verfügung gestellt in Kooperation mit / provided in cooperation with:  
W. Bertelsmann Verlag

### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Heidenreich, H. (2012). Altern in Würde und Freiheit: Chancen und Aufgaben der Bildung im dritten und vierten Alter. *Erwachsenenbildung : Vierteljahresschrift für Theorie und Praxis*, 58(4), 180-184. <https://doi.org/10.3278/EBZ1204W180>

### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-SA Lizenz (Namensnennung-Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

### Terms of use:

This document is made available under a CC BY-SA Licence (Attribution-ShareAlike). For more Information see: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>



## Altern in Würde und Freiheit

### Chancen und Aufgaben der Bildung im dritten und vierten Alter

**von:** KEB Deutschland - Bundes- arbeitsgemeinschaft e. V. (Hg.); Heidenreich, Hartmut

**DOI:** 10.3278/EBZ1204W180

Erscheinungsjahr: 2012  
Seiten 180 - 184

**Schlagworte:** Alter, Bildung im Alter, Freiheit

Wenn wir uns mit Bildung im dritten und vierten Alter beschäftigen, so geht es direkt um lebenslanges Lernen. Anliegen des folgenden Textes ist es, die Chancen und das Anrecht des Individuums auf lebenslanges Lernen darzustellen, wenn man es aus der Engführung beruflich verstandener Weiterbildung befreit. Die nachberufliche Lebensphase des dritten und vierten Alters ist ein historisch und soziologisch relativ junges Phänomen - und eine Aufgabe für Individuum, Gesellschaft und nicht zuletzt für Bildung.

Diese Publikation ist unter folgender Creative-Commons-Lizenz veröffentlicht:



Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz  
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

#### Zitiervorschlag

Heidenreich, H.: Altern in Würde und Freiheit. Chancen und Aufgaben der Bildung im dritten und vierten Alter. In: EB Erwachsenenbildung 04/2012. Kulturelle Nachhaltigkeit/Lebensstile, S. 180-184, Bielefeld 2012. DOI: 10.3278/EBZ1204W180

Hartmut Heidenreich

## Altern in Würde und Freiheit

Chancen und Aufgaben der Bildung im dritten und vierten Alter

**Wenn wir uns mit Bildung im dritten und vierten Alter beschäftigen, so geht es direkt um lebenslanges Lernen. Anliegen des folgenden Textes ist es, die Chancen und das Anrecht des Individuums auf lebenslanges Lernen darzustellen, wenn man es aus der Engführung beruflich verstandener Weiterbildung befreit. Die nachberufliche Lebensphase des dritten und vierten Alters ist ein historisch und soziologisch relativ junges Phänomen – und eine Aufgabe für Individuum, Gesellschaft und nicht zuletzt für Bildung.**

Die Rolling Stones (laut SPIEGEL »ein Haufen alter Säcke«) stehen mit einem Durchschnittsalter von 68 immer noch auf der Bühne, singen, tanzen und rocken stundenlang, was ja schon rein physisch eine Leistung ist. Der Astronaut John Glenn (Jahrgang 1921) ließ sich gar mit 77 noch einmal in den Weltraum schießen (1998), und Schauspielerinnen wie Jane Fonda (Jahrgang 1937) erscheinen mit 75 alterslos oder versuchen zumindest so zu erscheinen. Bob Dylan, Joan Baez und auch Esther Ofarim sind vom Jahrgang 1941 und singen immer noch. Die Lebenserwartung verschiebt sich laufend nach oben, jährlich um 0,2 Jahre, alle fünf Jahre um ein Jahr. Fürs Jahr 2101 rechnet man damit, dass noch die Hälfte der 100 Jahre zuvor geborenen

Deutschen lebt – und die sind jetzt elf Jahre alt.<sup>1</sup>

Die nachberufliche Alters- bzw. Ruhestands- oder Rentnerphase ist dabei, an Dauer die Kindheits- und Jugendphase zusammengekommen zu übertreffen. Jedenfalls gibt es inzwischen für die meisten eine lange Lebensphase ohne berufliche und Qualifikationsverpflichtungen. Die Ruheständler haben die Wahl zwischen Kreuzfahrt, Italienischkurs und ehrenamtlichem bzw. bürgerschaftlichem Engagement; einige arbeiten auch als SeniorExperten o.Ä., andere als »Silver Worker«.

Hochaltrigkeit wird Teil der Normalbiografie (genauer: dessen, was man früher für hochaltrig hielt). Freilich fragt man sich gleich, ob man dann wohl das Demenzrisiko spürbar gesenkt haben wird. Denn bereits jetzt sind mehr als 30% der 90-Jährigen, vor allem Frauen, an einer Form der Demenz erkrankt (steuern wir gar auf eine Gesellschaft von Dementen zu?).

Die Anzahl Höchstaltriger verdoppelt sich alle 10 Jahre. Dabei klaffen die absoluten Zahlen zwischen den Geschlechtern zunehmend auseinander:

100 Jahre (1965: insg. 200)  
1999: 367 Männer/2.476 Frauen  
2009: 745 Männer/4.915 Frauen  
+103% M./99% F.

105 Jahre  
1999: 21 Männer/196 Frauen  
2009: 38 Männer/409 Frauen  
+ 81% M./109% F.<sup>2</sup>

Der Gesundheitsstatus 80-Jähriger von heute entspricht subjektiv und teils objektiv dem von 70-Jährigen vor 30 Jahren.<sup>3</sup>

Zwar erreichen mehr Menschen ein höheres Alter, aber es ist mit einer Entwicklung zur »Kompression der Morbidität« in den letzten Lebensjahren zu rechnen (die Verzögerung des Beginns chronischer Krankheiten ist größer als der Anstieg der Lebenserwartung).<sup>4</sup>

Freilich gibt es genauso das:

- lange Bettlägerigkeit, körperliche oder geistige Gebrechlichkeit, Multimorbidität, Demenz, in Zukunft auch zunehmend Altersarmut,
- steigende Zahl Pflegebedürftiger (noch überwiegend familiäre und »weibliche« Pflege, aber Männer als Pflegende [ihrer Frau] holen auf).

Noch eine Beobachtung: Im Supermarkt bzw. beim Discounter gibt es bereits Rollatoren als Aktionsware – ein Indikator für »Normalität« des Alters oder schlicht für die Reaktion auf einen gewachsenen Markt?

### Bildungsverständnis und Bildung im Alter

Bei »Bildung« denken die meisten Menschen zuerst an Schule, also an jüngere Menschen und Lernen in einer Institution. Und *Weiterbildung* wird oft mit betrieblicher Fort- und Weiterbildung gleichgesetzt. Lebenslanges Lernen schließlich wird oft nur im beruflichen Kontext gesehen als notwendiges Update, um der beschleunigten Halbwertszeit des Wissens entgegenzuwirken und die eigene berufliche Kompetenz und Verwendung (Employability) zu sichern bzw. auf nationaler Ebene die Wettbewerbsfähigkeit der Volkswirtschaft.



**Dr. Hartmut Heidenreich war bis zum 15. November 2012 Direktor des Bildungswerks und Bischöfl. Beauftragter für Erwachsenenbildung der Diözese Mainz sowie Vorstandsmitglied der KBE. Auch in seiner Altersteilzeit bleibt er Vorsitzender der KBE-Kommission »Altenbildung«.**

Bildung von Erwachsenen und zumal von älteren Menschen ist aber mehr, als etwa noch eine Fremdsprache zu lernen. Das dem Deutschen eigentümliche Wort *Bildung* bezeichnet sowohl einen Vorgang wie ein Ergebnis. Aufgabe der Bildung ist, »den Menschen in die Lage zu versetzen, Veränderungen der Welt zu interpretieren«<sup>5</sup>. Dabei muss der Mensch sich selbst und die Umwelt einordnen können in größere Zusammenhänge (sozial, historisch, politisch etc.) – und sich darin als identische und handelnde Person verstehen, also ein reflektiertes Verhältnis zu sich, zu anderen und zur Welt gewinnen.

Wichtige individuelle Ziele von Bildungsbemühungen im Alter sind vor allem

- der größtmögliche Erhalt von Selbstbestimmung,
- Autonomie in der alltäglichen Lebensführung und
- Gesundheitsprophylaxe.

Diese haben freilich erhebliche gesellschaftliche Auswirkungen.

*Weiterbildung* ist der Oberbegriff für Bemühungen um den Erhalt und die Verbesserung von Kenntnissen und Kompetenzen sowie um den Erwerb neuer Kompetenzen und Kenntnisse nach einer ersten qualifizierenden Bildungsphase.<sup>6</sup>

Man kann unterscheiden zwischen *Altenbildung* und *Alter(n)sbildung*. Bei Ersterem geht es um Bildungsaktivitäten von, mit und für ältere Menschen. Bei Letzterem steht im Vordergrund die Vorbereitung aufs Alter und den Prozess des Alterns, etwa um mit dem Altern verbundene Veränderungen, Entwicklungsaufgaben, Statuspassagen.<sup>7</sup> Es geht hierbei um das Lernen des Älterwerdens. Dabei steht der möglichst lange und möglichst weitgehende Erhalt von Selbstständigkeit, Selbstbestimmung und Selbstgestaltung in der Altersphase als Hauptziel vor Augen. Zwischen Gerontologie und Altenbildung will sich eine neue Disziplin etablieren, die *Geragogik* als Lehre, Erforschung und Praxis der Prozesse des Alterns und des Umgangs damit.<sup>8</sup> Für Altenbildung gibt es eine Menge weiterer, teils euphemistischer Begriffe,

die das Wort »Alter« zu vermeiden suchen, wie Seniorenbildung, Bildung 50/60plus, Bildung für Best Ager oder Silver Ager; sie meinen alle dasselbe. Freilich signalisieren sie ein Grundproblem: die Alten, das sind immer die anderen! Daher empfinden manche Menschen die Bezeichnung »Altenbildung« als Zumutung, sich sozusagen als Eintrittskarte erst für »alt« erklären zu müssen.

Dabei kommt einem allerdings in den Sinn, dass für Suchtkranke der erste Schritt zur Besserung schon der ist, sich selbst überhaupt als suchtkrank anzuerkennen. (Man kann sich fragen: Was also tun ältere Menschen, wenn sie ihr Älterwerden nicht benennen wollen?)

Generell lässt sich sagen, dass zum einen Bildung und Gesundheit korrelieren: Personen mit einer langen und aktiven Bildungsphase haben i.d.R. einen besseren Gesundheitsstatus (Bildung ist das Kriterium, nicht Einkommen!). Zum anderen wirkt sich die positive Selbstwahrnehmung des eigenen Alters auf eine bessere funktionale Gesundheit aus: In einer Longitudinalstudie zeigte sich 23 Jahre nach Untersuchungsbeginn bei positiver Einstellung zum eigenen Alter eine um 7,5 Jahre erhöhte Lebenserwartung.<sup>9</sup> Und Bildung kann zu einer aktiven und positiven Lebenseinstellung beitragen.

Gerontologie und Altenbildung haben längst von einer früheren Defizitorientierung zur Orientierung an Potenzialen des Alters gefunden.

2001 hat die EU-Kommission die Unterscheidung von drei Lernformen eingeführt, die sowohl in den 5. Altenbericht wie in die pädagogische Diskussion eingegangen sind:

- *Formales Lernen* findet in Bildungseinrichtungen statt, ist strukturiert (Lernziel, Inhalt, Methode etc.) und führt oft zu Abschlüssen in Form von Zeugnissen oder Zertifikaten.
- *Non-formales Lernen* ist nicht streng (nach Lernziel, Inhalt und Methode) strukturiert, aber durchaus zielgerichtet angelegt, jedoch eher als Erfahrungslernen, etwa in Praktika, und i.d.R. außerhalb von Bildungseinrichtungen.

- *Informelles Lernen* erfolgt eher beiläufig, etwa in alltäglichen sozialen Interaktionen als Erfahrungsaustausch zwischen Gleichberechtigten, und wird daher oft nicht als Lernprozess empfunden, kann gleichwohl zielgerichtet sein.<sup>10</sup>

Diese Unterteilung soll keine terminologische Fingerübung sein, sondern sensibel machen, dass Lernen in vielfältigen Formen bzw. Kontexten vorkommt. So wird in einem Pflegeheim oder einer Klinik informelles Lernen eine häufige, aber kaum als solche wahrgenommene Lernform sein. Ebenso die Bedienung eines neuen Fahrkartenautomaten.<sup>11</sup>

## Kultivierung einer reifen Lebensphase

Als *drittes Alter* soll hier die nachberufliche Lebensphase verstanden werden bzw. die nach der Familienversorgung. Menschen im dritten Alter werden viel umworben, denn sie gelten als Zielgruppe mit großen Ressourcen an Zeit und Geld. Sowohl als mögliche Teilnehmer einer Kreuzfahrt wie als ehrenamtlich Mitarbeitende in Vereinen, Initiativen und Kirchen bzw. beim bürgerschaftlichen Engagement werden sie angesprochen. Selbst die lange Zeit jugendzentrierte Werbung entdeckt die »Silbergeneration« bzw. die »Woopies« (well-off older people) als neue kaufkräftige Konsumentengruppe mit teils eigens für sie gestalteten Produkten und Angeboten.

Bildung ist, besonders für Menschen im dritten Alter, als Teil der Kultivierung ihres Lebens<sup>12</sup> und Alltags zu verstehen. Bildungsaktivitäten sind zugleich ein wichtiges Element der Altersprophylaxe. Denn wer auch im Alter (bildungs-) aktiv bleibt, hat – wie bereits gesagt – gute Chancen, die Entwicklung zur Unselbstständigkeit, Abhängigkeit und Morbidität hinauszuzögern oder gar zu verhindern. Die aktive Einstellung zur Bildung muss allerdings so früh wie möglich konkret werden, spätestens im dritten Alter.

Vier grundsätzlichen Fragen und Herausforderungen müssen sich alternde Menschen stellen – und Bildung kann



dazu dienen, sich ihnen, sogar gemeinsam mit anderen, zu stellen:

- »Wo werde ich leben? – Die Frage nach dem angemessenen Lebensraum im Alter.
- Mit wem werde ich leben? – Die Frage nach sozialen Bindungen und Lebensformen.
- Wovon werde ich leben? – Die Frage nach den individuellen und gesellschaftlichen Ressourcen im Alter.
- Wofür werde ich leben? – Die Frage nach Lebenszielen und Entwicklungsaufgaben.«<sup>13</sup>

In der Lebenssituation von Menschen im dritten Alter geht es auch in der Bildungsarbeit um Fragen und Vorhaben wie z.B.:

- Übergang in den Ruhestand: Vorbereitung auf einen großen und oftmals kritischen Einschnitt im Lebenslauf (»Fall in die Bedeutungslosigkeit«), zumal der Beruf in unserer Gesellschaft immer noch ein roter Faden der Identitätszuschreibung ist; Planung der Lebensphase nach dem Ausscheiden aus dem Beruf,
- neue Rollenverteilung und Alltagsgestaltung des Paares nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben,
- Phänomen »Silberpaare«: Ohnehin muss man sich klar machen, dass es eine neue historische Situation ist, dass Paare u.U. 70 Jahre mit einander zu gestalten haben (durch generell kürzere Lebenserwartung, Krankheiten, Kindbettfieber, Kriege usw. hatten Paare in früheren Zeiten nur relativ kurze Ehezeiten miteinander zu gestalten oder auch auszuhalten),
- die letzten (jüngeren) Kinder gehen aus dem Haus (Empty-Nest-Situation): die neue Situation gegenüber Kindern wie auch gegenüber dem Partner positiv verarbeiten,
- die Großelternrolle gestalten: gegenüber Enkeln wie deren Eltern, den eigenen, nun Eltern gewordenen Kindern,
- nachberufliches Nutzen beruflicher bzw. Fachkompetenzen<sup>14</sup>,
- neues oder bisher Versäumtes oder Vernachlässigtes angehen (Hobbys, Fertigkeiten etc.),
- Wohnen im Alter planen: zuhause,

- betreut, in alternativen Formen<sup>15</sup>,
- fit werden für ehrenamtliches Engagement,
- allgemeine Kompetenzen pflegen und erhalten – soziale, geistige, physische<sup>16</sup>.

### Begegnung von Generationen

Innerhalb von Familien ist die Generationenbeziehung im Allgemeinen problemlos bis positiv besetzt. Großeltern gehören für die meisten Jugendlichen zu den für sie wichtigsten Menschen auf der Welt.<sup>17</sup> Ängste und Vorbehalte gibt es eher nach außen (»wir müssen deren Rente tragen«).<sup>18</sup>

*Intergenerationelle Bildung* ist daher von großer Bedeutung nicht nur für die einzelnen Personen und Familien, sondern in der Gesellschaft für die Generationensolidarität. Allerdings ergibt sich ein Dialog der Generationen nicht von alleine, er muss gestaltet und es müssen »Ermöglichungsräume« dafür geschaffen werden.<sup>19</sup>

Wenn mehrere Generationen beteiligt sind, kann man drei Weisen des Lernens unterscheiden<sup>20</sup>:

*Voneinanderlernen:*

Eine Generation lässt die andere an ihren Erfahrungen, Kenntnissen, Fertigkeiten teilhaben. Bislang waren es meist die Jüngeren, die von Älteren lernten, es geht auch zunehmend umgekehrt (etwa wenn die Enkel den Großeltern beibringen, im Internet zu surfen).

*Miteinanderlernen:*

Die Generationen arbeiten gemeinsam an einem Projekt oder Thema (als betroffene »Zeitgenossen«), wobei keine von beiden der anderen etwas an spezifischem Wissen oder Erfahrung voraushat (von ökologischen und Nachhaltigkeitsprojekten bis konkreten Vorhaben im örtlichen Umfeld).

*Übereinanderlernen:*

Eine Generation lernt über die andere (etwa wenn Zeitzeugen Angehörigen einer anderen Generation erzählen, wie sie den Krieg, die Nachkriegszeit oder die 1968er-Zeit erlebt haben). Bei intergenerationeller Bildung müssen generationensensibel die unterschied-

lichen Bedürfnisse beachtet werden (Pausen, Bewegung, Tempo, Medien...). Da wir zwar durch die gestiegene Lebenserwartung mehr Vier-Generationen-Familien haben, diese aber oft nicht an einem Ort zusammenleben durch berufliche Mobilität u.a. (»multi-lokale Mehrgenerationenfamilie«), gibt es neue Anregungen und Anforderungen: Großeltern wollen mit ihren Enkeln im Auslandssemester in Neuseeland und Buenos Aires mailen oder skypen; oder: Junge Familien suchen »Leih-Omas« und »-Opas«, es gibt auch schon »Au-pair-Omas«. Diese suchen oft begleitende und qualifizierende Bildungsangebote.

Auch für die Jüngeren sind solche Kontakte wichtig, da frühe Bilder des Alters sich in der eigenen Biografie als erstaunlich zählebig erweisen und noch die Wahrnehmung des eigenen Alters prägen<sup>21</sup>.

### Selbstbestimmung

Als *viertes Alter* soll dasjenige verstanden werden, in dem man zunehmend auf Unterstützung (bis hin zur Pflege) angewiesen ist und einen großen Teil der Ressourcen (an Zeit, Kraft, Geld ...) für den täglichen Selbsterhalt aufwenden muss.<sup>22</sup> Die Mobilität – die physische, oft und teils als Folge aber auch die soziale und geistige – nimmt ab. Die Verletzlichkeit der Menschen in diesem Alter, ihre Vulnerabilität, ist erhöht, und dies durchaus wieder in mehreren Dimensionen: physisch, sozial, psychisch. Dies ist brisant auch dadurch, dass es um eine neue und oftmals fragile Balance von Abhängigkeit und Autonomie zwischen Menschen im vierten Alter und ihrer Umgebung geht: Sie wollen (und sollen) möglichst selbstbestimmt leben, sind aber in mancherlei Hinsicht auf Hilfe angewiesen.<sup>23</sup>

Der Begriff »viertes Alter« stammt von Laslett<sup>24</sup>, der damit einen soziologischen Begriff einführt, ihn aber mehr als letzte Lebensphase bis hin zur Phase des Siechtums definiert. Andere Autoren/-innen lassen das vierte Alter mit dem 80. Lebensjahr beginnen, was aber zu wenig der Tatsache Rechnung

trägt, dass es ja auch recht fitte und selbstständige 80-Jährige gibt.

Daher ist hilfreich, den Begriff soziologisch zu verstehen, d.h. an der Lebenslage orientiert und zunächst unabhängig vom Lebensalter, sondern gemessen an der Selbstständigkeit und Teilnahmemöglichkeit am sozialen Leben. In diesem Sinne kann auch ein junger Mensch, den ein Unfall in den Rollstuhl zwingt, im vierten Alter sein, sozusagen ohne je das dritte Alter durchlaufen zu haben. In der Altenbildung geht freilich das vierte Alter meist mit Hochaltrigkeit einher.<sup>25</sup> In Absetzung von Laslett gilt es zudem zu betonen, dass es auch im vierten Alter, wenn auch unter einschränkenden Bedingungen, noch Spielräume und Entwicklungsmöglichkeiten zu füllen gibt, damit möglichst lange die Selbstständigkeit im gewohnten Lebensumfeld erhalten bleibt – was auch mit der Würde des Menschen zu tun hat.<sup>26</sup> Flapsig gesagt: Das vierte Alter ist der Übergang vom Rollator zum Rollstuhl (wobei dann freilich nur eine physische Komponente angesprochen ist).

Zudem sind zwei weitere Faktoren von großer Bedeutung: Zum einen ist die innere Einstellung des älteren Menschen (aktive Lebenserwartung, subjektiv wahrgenommene Gesundheit, subjektiv erfahrene Gewinne im Alter) von großer Bedeutung für ein Hinausschieben wie den Schweregrad von Einschränkungen, Behinderungen und Krankheiten. Zum anderen korreliert ein hohes Bildungsniveau mit geringerer Morbidität und Mortalität, mit geringeren körperlichen Einschränkungen und Behinderungen<sup>27</sup> – was Bildung im gesamten Lebenslauf und auch noch im vierten Alter einen hohen Stellenwert bei der Gesundheitsförderung und bei der Primärprävention zuweist<sup>28</sup>, aber noch lange nicht in der entsprechenden Förderung berücksichtigt ist!

Bei der Bildung im vierten Alter sind wichtige Themen u.a.:

- Selbstbestimmung,
- Lebensbereicherung,
- Entwicklungsbegleitung,
- Sinnstiftung,

- Gestaltung von Generationenbeziehungen,
- Einbetten in Sorgebeziehungen,
- Vorbeugen vor und die
- Behebung von Situationen des Mangels (an Orientierung, Erfahrung, Kommunikation).<sup>29</sup>

Es geht in der Tat um »Altern in Freiheit und Würde«<sup>30</sup>.

Wichtig ist dabei die biografische Bildung.<sup>31</sup> Das beginnt bei den Fragen: Wer bin ich? und: Was kann ich?

Es geht weiter über die Einordnung schöner oder auch kritischer Lebensereignisse in den eigenen Lebensweg sowie das Bearbeiten offener Wunden der Biografie bis hin zur Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit.<sup>32</sup> Die Biografie umgibt den Menschen wie ein unverwechselbarer und nicht austauschbarer Mantel, macht seine Individualität und Identität aus.<sup>33</sup>

Eine Aufgabe, die eigentlich das ganze Leben durchzieht, aber im vierten Alter sich aufdrängt, ist lernen, abschiedlich zu leben und zugleich die eigene Existenz bis zum Tod als gestaltbar zu erleben.<sup>34</sup> Jede Lebensentscheidung hat bereits etwas davon: Die Entscheidung für einen Beruf ist faktisch eine Entscheidung gegen eine Reihe anderer Möglichkeiten, die Entscheidung für eine Frau/einen Mann schließt Millionen anderer möglicher Partner/-innen aus. Allerdings entscheidet sich auch hier, ob ich diese gewählte Möglichkeit als realisierten Gewinn erlebe oder mit dem Ausschluss all der anderen hadere. Dies gilt auch im Rückblick auf die eigene Biografie und ihre vielfachen Weggabelungen. Es ist eine der großen Aufgaben des vierten Alters, sich mit der eigenen Geschichte und Endlichkeit zu versöhnen.

Ein Problem ist, dass bisherige Förderstrukturen der Familien- und Weiterbildung nicht darauf eingestellt sind, die teils völlig andere Arbeitsweise einer Bildung im vierten Alter zu unterstützen. Die kann nämlich auch heißen, dass statt einer Komm-eine Gehstruktur angezeigt ist, dass statt der Arbeit in einer Lerngruppe in einer Bildungsstätte oft gar eine aufsuchende Eins-zu-eins-Bildung in der Wohnung der Betreffenden vonnöten ist, indem »Bildungs-

begleiter« oder »Seniorenbegleiter« zu den immobilen Betroffenen nach Hause gehen und dort mit ihnen ein Bildungsprojekt vereinbaren und durchführen.<sup>35</sup>

Diese Ehrenamtlichen müssen wegen der pädagogischen und psychischen Anforderungen gut geschult und oft quasi supervisorisch begleitet werden. Oft sind diese übrigens im dritten Alter und gehen insofern auch eine – oft nicht als solche gesehene – intergenerationale Konstellation ein.

## Thesen

Bildung im Alter

- geschieht in Kursen und Institutionen, aber auch »en passant« und informell (im Alltag, in einem Pflegeheim, in einer Klinik),
- nimmt ältere Menschen als Person mit ihrer individuellen Geschichte und damit in ihrer Würde ernst,
- unterstützt das Bemühen älterer Menschen um möglichst lange Selbstständigkeit sowie eigenständige Bewältigung des Alltags,
- sieht realistisch die Einschränkungen des Alters, aber nutzt die noch innewohnenden Chancen,
- traut älteren Menschen etwas zu (Veränderung, Leistung, Gestaltung ...),
- bietet soziale Kontakte und stellt im besten Fall Unterstützungsnetzwerke her,
- ist in der Kombination von geistiger und physischer Aktivität besonders wirksam,
- hebt das Gesundheitsempfinden und reduziert das Morbiditätsrisiko,
- trägt bei zum Erhalt der neuronalen Plastizität,
- kann antidepressiv wirken,
- hat generell prophylaktische Effekte,
- reduziert die Alterskosten für die Gesellschaft,
- ist ein lebensphasisch unteilbares Anrecht des Menschen auf Gestaltung und Veränderung seiner selbst und der Umwelt – abgeleitet aus der Menschenwürde (und Gottebenbildlichkeit).

Schlussendlich: Altern in Würde und Freiheit – wollen wir das nicht alle?

### ANMERKUNGEN

- 1 Vgl. Rott 2010, S. 17.
- 2 Vgl. Rott 2010, S. 16 (Prozentangaben: H.H.).
- 3 Vgl. Kruse/Schmitt 2010, S. 18.
- 4 Vgl. Kruse 2007b, S. 47.
- 5 Kruse/Schmitt 2010, S. 16.
- 6 Vgl. Dt. Bildungsrat 1970.
- 7 Vgl. Straka 1991, S. 641; Kade 2009, S. 51; Tippelt/Hippel/Schmidt-Hertha 2010, S. 40.
- 8 Vgl. Bubolz-Lutz 2007, Bubolz-Lutz u.a. 2010.
- 9 Vgl. u.a. Kruse/Schmitt 2010, S. 22.
- 10 Vgl. Kommission der Europäischen Gemeinschaften (2001) S. 33, vgl. auch 5. Altenbericht, Abschn. 3.2: BMFSFJ 2006, S. 125 ff.
- 11 Vgl. das KBE-Projekt KLASSIK zu Metakognitionsstrategien: Kaiser/Kaiser 2011 und Kaiser/Kaiser/Hohmann 2011.
- 12 Vgl. KBE 2002, S. 11.
- 13 Wittrahm 2007, S. 40.
- 14 Vgl. seniorTrainer, Silver Worker u.a.; vgl. Karl 2009; 80 ff. und [www.efi-programm.de](http://www.efi-programm.de), Deller/Wöhrmann 2012.
- 15 Vgl. BAGSO 2009 sowie [www.bagso.de](http://www.bagso.de).
- 16 Vgl. z.B. Asbrand u.a. 2006.
- 17 Vgl. Zinnecker u.a. 2002.
- 18 Vgl. Shell-Studie: Picot/Willert 2006.
- 19 Vgl. KBE 2009, S. 30 ff. passim.
- 20 Vgl. Franz u.a. 2009, S. 37 ff., Franz 2010 – im Anschluss an Siebert/Seidel bzw. Meese – sowie KBE 2009, S. 28 ff.
- 21 Vgl. BMFSFJ 2010, Kap. 5.3.
- 22 Vgl. KBE 2002, S. 29 f., dies. 2009, S. 4; Heidenreich 2002, S. 63., ders. 2005, S. 171 f., Wittrahm 2007, S. 41 f.
- 23 Vgl. Heidenreich 2002; ders. 2005, S. 172 ff.
- 24 Vgl. Laslett 1989.
- 25 Vgl. Bubolz-Lutz 2000.
- 26 Vgl. Heidenreich 2005, S. 173 f.
- 27 Vgl. Kruse 2007a, S. 28 ff. S. 40.
- 28 Vgl. Kruse 2011, S. 831 ff.
- 29 Vgl. KBE 2002, S. 34 f.
- 30 Blasberg-Kuhnke/Wittrahm 2007.
- 31 Vgl. Klingenberg/Krean-Kirchbichler 2012, Klingenberg 2007.
- 32 Vgl. Klingenberg 2007.
- 33 Vgl. Schibilsky 2002.
- 34 Vgl. Kruse 2012, auch KBE 2012, S. 4.
- 35 Vgl. etwa Erfahrungen im Erzbistum Freiburg, oder bei der FBS Dülmen oder in einem Projekt der KEB-Rheinland-Pfalz »Bildungsbegleiter im 4. Alter«.

### LITERATUR

- Antz, E.-M.; Franz, J.; Frieters, N.; Scheunpflug A. (2009): Generationen lernen gemeinsam. Methoden für die intergenerationelle Bildungsarbeit. Bielefeld.
- Asbrand, B.; Bergold, R.; Dierkes, P.; Lang-Wojtasik, G. (Hg.) (2006): Globales Lernen im Dritten Lebensalter. Ein Werkbuch. Bielefeld, auch auf: [www.kbe-bonn.de](http://www.kbe-bonn.de) (Dokumente/Links).
- BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (Hg.) (2009): Wohnen im Alter. Eine Entscheidungshilfe. Rechtliche Tipps zu Wohnen(-bleiben) zu Hause, betreutem Wohnen, alternativen Wohnformen. München
- Blasberg-Kuhnke, M.; Wittrahm, A. (Hg.) (2007): Altern in Freiheit und Würde. Handbuch christliche Altenarbeit. München.

- BMFSFJ – Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2006): Fünfter Bericht der Bundesregierung zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland: Potenziale des Alters in Wirtschaft und Gesellschaft – Der Beitrag älterer Menschen zum Zusammenhalt der Generationen. Berlin, auch auf: <http://www.bmfsfj.de/doku/altenbericht/data/archiv.html>.
- BMFSFJ – Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2010): Altersbilder in der Gesellschaft. Berlin, auch auf: <http://projekte.bagso.de/altersbilder-in-der-gesellschaft/sechster-altenbericht-gesamtfassung.html>.
- Bubolz-Lutz, E. (2000): Bildung und Hochaltrigkeit. In: Becker, S.; Veelken, L.; Wallraven K. P. (Hg.): Handbuch Altenbildung, Theorien und Konzepte für Gegenwart und Zukunft. Opladen, S. 326–349.
- Bubolz-Lutz, E. (2007): Geragogik – eine Bestandsaufnahme. Wissenschaftliche Disziplin und Feld der Praxis. In: Erwachsenenbildung 53, S. 178–181.
- Bubolz-Lutz, E.; Gösen E.; Kricheldorf, C.; Schramek, R. (2010): Geragogik. Bildung und Lernen im Prozess des Alterns. Das Lehrbuch. Stuttgart.
- Deller, J.; Wöhrmann, A., M. (2012): Abschied Beruf – Neubeginn Berufung. Arbeitsbezogene Tätigkeiten im Ruhestand. In: DIE 19, 1, S. 30–33.
- Deutscher Bildungsrat (1970): Empfehlungen der Bildungskommission. Strukturplan für das Bildungswesen. Bad Godesberg.
- Franz, J. (2010): Intergenerationelles Lernen ermöglichen. Orientierungen zum Lernen der Generationen in der Erwachsenenbildung. Bielefeld.
- Franz, J.; Frieters, N.; Scheunpflug, A.; Tolsdorf M.; Antz E.-M. (2009): Generationen lernen gemeinsam. Theorie und Praxis intergenerationaler Bildung. Bielefeld.
- Heidenreich, H. (2002): Bildung im 4. Alter. Neue Leitlinien der KBE-Kommission Altenbildung. In: Erwachsenenbildung 48 (2002), S. 63–65.
- Heidenreich, H. (2005): Bildung im 4. Alter – eine Aufgabe kirchlicher Erwachsenenbildung. In: Vanderheiden, E. (Hg. – i. A. der Kath. Erwachsenenbildung Rheinland-Pfalz): Der Mensch lernt niemals aus! Konzepte und Anregungen für eine Bildungsarbeit im 4. Lebensalter. Mainz, S. 170–179, auch unter: <http://www.der-mensch-lernt-niemals-aus.de/Texte/bildung.pdf>.
- Kade, S. (2009): Altern und Bildung. Eine Einführung. Bielefeld (= 2. aktualis. u. überarb. A.).
- Kaiser, R.; Kaiser, A. (2011): Mit KLASSIK Kompetenzen steigern. Programm zur Verbesserung der kognitiven Leistungsfähigkeit Älterer. In: Erwachsenenbildung 4, S. 182–187.
- Kaiser, A.; Kaiser, R.; Hohmann, R. (Hg.) (2012): Metakognitiv fundierte Bildungsarbeit – Leistungsfördernde Didaktik zur Steigerung der Informationsverarbeitungskompetenz im Projekt KLASSIK. Bielefeld.
- Karl, F. (2009): Einführung in die Generationen- und Altenarbeit. Opladen, Farmington Hills.
- KBE – Kath. Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung (Hg.) (2002): Bildung lebenslang. Leitlinien einer Bildung im 3. und 4. Alter. Bonn, auch auf: [www.kbe-bonn.de](http://www.kbe-bonn.de) (Dokumente/Links).
- KBE – Kath. Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung, Kommission Altenbildung (Hg.) (2009): Leben. Miteinander. Lernen. Grundlagen zur Intergenerationellen Bildung und Generationensolidarität. Bonn, auch auf: [www.kbe-bonn.de](http://www.kbe-bonn.de) (Dokumente/Links).
- KBE – Kath. Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung, Kommission Altenbildung (Hg.) (2012): Das Dritte und Vierte Lebensalter in der Kirche groß schreiben! Eine Positionierung der KBE aus Anlass aktueller gesellschaftlicher Debatten und des 6. Altenberichtes der Bundesregierung. Bonn, auch auf: [www.kbe-bonn.de](http://www.kbe-bonn.de) (Dokumente/Links).
- Klingenberg, H. (2007): Orientierung und Ermutigung finden durch Biografiearbeit. In: Blasberg-Kuhnke/Wittrahm (2007), S. 276–281.
- Kommission der Europäischen Gemeinschaften (2001): Mitteilung der Kommission. Einen europäischen Raum des lebenslangen Lernens schaffen (21.11.2001). Brüssel, auf: <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2001:0678:FIN:DE:PDF>
- Kruse, A. (2007a): Alter und Altern – konzeptionelle Überlegungen und empirische Befunde der Gerontologie. In: Kruse, A. (Hg.) (2007): Weiterbildung in der zweiten Lebenshälfte. Multidisziplinäre Antworten auf Herausforderungen des demografischen Wandels. Bielefeld, S. 21–48.
- Kruse, A. (2007b): Das letzte Lebensjahr. Zur körperlichen, psychischen und sozialen Situation des alten Menschen am Ende seines Lebens. Stuttgart.
- Kruse, A. (Hg.) (2010): Potenziale im Altern. Chancen und Aufgaben für Individuum und Gesellschaft. Heidelberg.
- Kruse, A. (Hg.) (2010a): Leben im Alter. Eigen- und Mitverantwortlichkeit in Gesellschaft, Kultur und Politik (Festschrift Ursula Lehr). Heidelberg.
- Kruse, A. (2011): Bildung im Alter. In: Tippelt, R.; Hippel, A. von (Hg.): Handbuch Erwachsenenbildung/Weiterbildung (3. überarb. u. erw. Aufl.). Wiesbaden, S. 827–840.
- Kruse, A. (2012): Die Existenz bis in den Tod geöffnet halten. Bildungsperspektiven des letzten Abschieds. In: DIE 19, 1, S. 41–45.
- Kruse, A.; Schmitt E. (2010): Potenziale des Alters im Kontext individueller und gesellschaftlicher Entwicklung. In: Kruse (2010a), S. 3–30.
- Laslett, P. (1989): Das Dritte Alter. Historische Soziologie des Alterns (A Fresh Map of Life). Weinheim, München.
- Picot, S.; Willert, M. (2006): Jugend in einer alternenden Gesellschaft. Die Qualitative Studie: Analyse und Portraits. In: Deutsche Shell Holding (Hg.): Jugend 2006 – Eine pragmatische Generation unter Druck. 15. Shell-Jugendstudie. Frankfurt, S. 241–442.
- Rott, C. (2010): Das höchste Alter: Psychologische Stärken als Antwort auf die körperliche Verletzlichkeit. In: Kruse (2010b), S. 15–27.
- Schibilsky, M. (2002): Bildung – am Beispiel Altenarbeit. In: Pädagogik und Theologie (ZPT) 54, S. 25–32.
- Straka, G. A. (1991): Altenbildung. In: Roth, L. (Hg.): Pädagogik. Handbuch für Studium und Praxis. München, S. 640–648.
- Tippelt, R.; Hippel, A. von; Schmidt-Hertha, B. (2010): Begründungen für Bildung im Alter. In: Kruse (2010b), S. 39–49.
- Wittrahm, A. (2007): Alter: Tatsachen und Probleme. In: Blasberg-Kuhnke/Wittrahm (Hg.) (2007), S. 29–51.
- Zinnecker, J.; Behnen, I.; Maschke, S.; Stecher, L. (2002): Null zoff & voll busy. Die erste Generation des neuen Jahrtausends. Opladen.